

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Populasi remaja merupakan kelompok penduduk yang cukup besar. Penduduk Indonesia cukup didominasi oleh remaja yaitu 22.671.081 penduduk pada umur 10-14 tahun (Badan Pusat Statistik, 2010). Dengan kemajuan pembangunan, masalah kependudukan di Indonesia sekarang tidak lagi sepenuhnya terpusat pada jumlah penduduk melainkan pada kualitas penduduknya. Remaja merupakan aset bangsa untuk terciptanya generasi mendatang yang lebih baik.

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang dimulai pada saat terjadinya kematangan seksual yaitu antara usia 11 atau 12 tahun sampai dengan 20 tahun, yaitu menjelang masa dewasa muda. Pada masa ini terjadi kecepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, emosional serta sosial (Soetjiningsih, 2010).

Ketidakseimbangan antara makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan pada remaja akan menimbulkan masalah gizi kurang atau masalah gizi lebih. Gizi kurang pada remaja terjadi karena pola makan tidak menentu, perubahan faktor psikososial yang dicirikan oleh perubahan transisi masa anak-anak ke masa dewasa dan kebutuhan gizi yang tinggi untuk pertumbuhan cepat. Kekurangan gizi pada remaja mengakibatkan menurunnya daya tahan tubuh terhadap penyakit, meningkatkan angka penyakit (*morbiditas*), mengalami pertumbuhan tidak normal (pendek), tingkat kecerdasan rendah, produktivitas rendah dan terhambatnya pertumbuhan organ reproduksi. Terhambatnya pertumbuhan organ reproduksi pada wanita mengakibatkan terlambat haid pertama (*menarche*), haid tidak lancar, rongga panggul tidak berkembang maksimal sehingga sulit melahirkan, gangguan kesuburan dan kesulitan pada saat hamil (Emilia, E., 2008).

Data Riskesdas (2010), secara nasional bahwa status gizi anak umur 13-15 tahun prevalensi kurus adalah 10,1% terdiri dari 2,7% sangat kurus dan 7,4% kurus. Sedangkan prevalensi kegemukannya adalah sebesar 2,5%. Di provinsi

Jawa Tengah prevalensi kekurusan 9,9% yaitu 1,9% sangat kurus dan 8% kurus serta kegemukan diatas prevalensi nasional yaitu 2,8%.

Di Kabupaten Karanganyar status gizi penduduk umur 6-14 tahun status gizi kurang untuk laki-laki 7,9% dan untuk perempuan 10,3%. Sedangkan status gizi lebih pada laki-laki 13,8% dan untuk perempuan 4,9% (Dinkes Jateng, 2007).

Faktor yang terkait dengan kelebihan berat badan masa remaja meliputi tingkat aktivitas fisik rendah, perilaku diet, faktor psikososial, jenis kelamin perempuan, korban dan pelaku perilaku intimidasi, persepsi yang salah tentang gizi dan isolasi sosial yang potensial (Peltzer, 2011).

Masalah gizi seimbang di Indonesia masih merupakan masalah yang cukup berat. Pada hakikatnya berpangkal pada keadaan ekonomi yang kurang dan terbatasnya pengetahuan tentang gizi (Irianto, 2007). Pengetahuan gizi akan mempengaruhi kebiasaan makan atau perilaku makan suatu masyarakat (Emilia, E., 2008). Apabila penerimaan perilaku baru didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif maka perilaku tersebut dapat berlangsung lama (*long lasting*). Sebaliknya apabila perilaku itu tidak disadari oleh pengetahuan dan kesadaran tidak akan berlangsung lama. Seperti halnya juga pada remaja apabila mempunyai pengetahuan yang baik tentang gizi diharapkan mempunyai status gizi yang baik pula (Notoatmodjo, 2007).

Menurut Suhardjo yang dikutip Lusiana dan Dwiriani (2007), pengetahuan gizi adalah pemahaman seseorang tentang ilmu gizi, zat gizi, serta interaksi antara zat gizi terhadap status gizi dan kesehatan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rahmiwati (2007), remaja yang memiliki pengetahuan gizi baik hanya 6%, pengetahuan gizi sedang 43% dan yang mempunyai pengetahuan gizi kurang 50%.

Menurut Aprilian (2010), remaja SMAN 2 Bogor termasuk dalam remaja berpengetahuan gizi sedang (70,3%), sedangkan remaja SMAN 1 Ciampea memiliki pengetahuan gizi yang masih tergolong kurang (58,5%). Dengan demikian pada remaja yang memiliki tingkat sosial ekonomi rendah cenderung memiliki pengetahuan yang lebih rendah dari yang memiliki sosial ekonomi lebih tinggi. Berdasarkan Data Riskesdas Jawa Tengah (2008), prevalensi kekurusan

sedikit lebih tinggi di perdesaan dibandingkan perkotaan, sebaliknya prevalensi BB lebih sedikit lebih tinggi di perkotaan.

Pada masa remaja terjadi kecepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, emosional serta sosial. Pada masa ini banyak masalah yang berdampak negatif terhadap kesehatan dan gizi remaja sehingga status gizi remaja cenderung gizi kurang atau justru terjadi obesitas. Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi pada remaja adalah pengetahuan tentang gizi. Berdasarkan masalah tersebut diatas peneliti tertarik dan terdorong untuk mengadakan penelitian tentang hubungan antara pengetahuan tentang gizi dengan status gizi siswa SMP di Kecamatan Kerjo, Kabupaten Karanganyar.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: Adakah hubungan antara pengetahuan tentang gizi dengan status gizi siswa SMP di Kecamatan Kerjo, Kabupaten Karanganyar?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang gizi dengan status gizi siswa SMP di Kecamatan Kerjo, Kabupaten Karanganyar.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dapat memberi masukan bagi pengembangan ilmu kedokteran dan penelitian selanjutnya tentang manfaat pengetahuan tentang gizi terhadap status gizi remaja.

2. Manfaat Praktis

- a. Memberikan pengetahuan tentang gizi bagi remaja.
- b. Sebagai acuan atau bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya, khususnya yang berkaitan dengan status gizi remaja.
- c. Memberikan kontribusi kepada masyarakat tentang pentingnya pengaruh pengetahuan tentang gizi dengan status gizi remaja.